

Menu d'été 1 - Semaine du 8 au 12 juillet 2019



Collation A.M.

Repas

Collation P.M.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Fruits Lait	Céréales Lait	Fruits Lait	Smoothies	Fruits Trempeuse au yogourt
Repas	Merlu au four Riz Brocoli et chou-fleur Barres au yogourt	Pains farcis au jambon Salade de macaroni Concombres Compote de pommes	Boulettes sucrées au bœuf et tofu Pommes de terre pilées Légumes du jour (Bâtonnets de carottes, navets et raboies) Gâteau au gruau	Burgers au poulet grillé Salade italienne « Pops » au yogourt	Spaghetti sauce végétarienne au tofu Salade césar Biscuits au jus d'orange
Collation P.M.	Lait Yogourt Biscuits	Lait Crudités Hummus	Lait Fromage à la crème Craquelins	Lait Pain aux zuchinis Lait	Lait Muffins aux fraises Lait

Menu d'été 2- Semaine du 15 au 19 juillet 2019



Collation A.M.

Repas

Collation P.M.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Fruits Trempeur au yogourt	Fruits Lait	Céréales Lait	Fruits Lait	Smoothies
	Bœuf haché en sauce Orge pilaf Maïs en grains	Quasadillas aux œufs et aux légumes Salade verte	Poulet à la chinoise Couscous Salade de brocoli et chou-fleur	Porc aux champignons Pommes de terre pilées Pois verts	Jus de légumes Pains farcis au thon Salade d'orzo
	Compote de fruits	Crème glacée	Salade de fruits	Gâteau aux carottes	« Pops » au yogourt
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
	Pain aux bananes Lait	Crudités Trempeur au yogourt	Fromage Raisins	Yogourt Biscuits	Muffins aux pommes et à la mélasse Lait

Menu d'été 3- Semaine du 22 au 26 juillet 2019



Collation A.M.

Lundi
Fruits
Trempeur au
yogourt

Mardi
Fruits
Lait

Mercredi
Smoothies

Jeudi
Gruau aux petits
fruits
Lait

Vendredi
Fruits
Lait

Repas

Lundi
Saucisses du
printemps
Couscous
Concombres

Mardi
Burgers de porc
Salade de chou

Mercredi
Macaroni chinois au
bœuf
Salade de carottes

Jeudi
Quiche aux épinards
Pommes de terre à la
grecque
Navets

Vendredi
Mini sous-marin
Crudités et
trempeur

Lundi
Pêches

Mardi
Sorbet maison

Mercredi
Galettes à la mélasse

Jeudi
« Pops » au yogourt

Vendredi
Carrés aux rice
krispies

Lundi
Lait

Mardi
Lait

Mercredi
Lait

Jeudi
Lait

Vendredi
Lait

Collation P.M.

Lundi
Muffins aux carottes
Lait

Mardi
Pain aux courgettes
et au chocolat
Lait

Mercredi
Jus de légumes
Biscottes

Jeudi
Fromage
Raisins

Vendredi
Yogourt
Biscuits

Menu d'été 4- Semaine du 29 juillet au 2 août 2019



Collation A.M.

Repas

Collation P.M.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Fruits Trempeur au yogourt	Fruits Lait	Céréales Lait	Smoothies	Fruits Lait
Repas	Omelette aux légumes Pommes de terre à la grecque Carottes	Sandwich au jambon Salade de couscous Concombres	Rotini à la mexicaine Salade César	Crème de légumes Croissants au poulet	Pâté au saumon Macédoine de légumes
	Barres aux courgettes	« Pops » au yogourt	Salade de fruits	Sorbet maison	Biscuits au gruau
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
Collation P.M.	Cornet yogourt glacé	Galettes à la mélasse Lait	Crudités Trempeur au yogourt	Pain à l'orange et à la caroube Lait	Compote de pommes Biscuits

Menu d'été 5- Semaine du 5 au 9 août 2019



Collation A.M.

Repas

Collation P.M.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Fruits Lait	Smoothies	Céréales Lait	Fruits Lait	Fruits Trempeur au yogourt
Repas	Poulet en sauce Salade de quinoa Carottes et navets	Porc à la chinoise Couscous Salade de brocoli et chou-fleur	Spaghetti sauce végétarienne au tofu Salade césar	Sandwich au jambon Crudités et trempeur	Burger de thon Salade de pâtes Concombres
	Gâteau à la compote de pommes	Sorbet maison	Pêches	Gâteau Graham	Salade de fruits
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
Collation P.M.	Fromage à la crème Craquelins	Galettes blanches Lait	Cornet Crème glacée	Yogourt Biscuits	Muffins aux bananes Lait

Gaétane Faucher, responsable en alimentation



Menu d'été 6- Semaine du 12 au 16 août 2019

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Fruits Lait	Céréales Lait	Smoothies	Fruits Lait	Fruits Trempeur au yogourt
Repas	Merlu BBQ Riz Salade de tomates « Pops » au yogourt Lait	Pain à la viande Salade de légumineuses Paires Lait	Porc à la sauce tomate Couscous Macédoine de légumes Brownies santé au tofu Lait	Sandwich roulé à la poitrine de dinde Crudités et trempeur Carrés aux dattes Lait	« Mc Muffin » œuf, jambon et fromage Pommes de terre à la grecque Concombres Gâteau à la mélasse Lait
Collation P.M.	Pain aux pêches Lait	Cornet Yogourt glacé	Galettes aux bananes Lait	Muffins aux bleuets Lait	Yogourt Biscuits

Gaétane Faucher, responsable en alimentation